

# ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ВОСПИТАТЕЛЯ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ С ДЕТЬМИ С СИНДРОМОМ ДАУНА



*Приезжих Наталья Николаевна,  
Воспитатель по здоровьесбережению ГБ ДОУ №19  
г. Севастополя*

# Особенности ребенка с синдромом Дауна:

Замедленное развитие

Нарушение осанки

Пониженный мышечный тонус

Плоскостопие



# Задачи:

- оптимизация двигательной активности;
- формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку;
- закреплять навыки ползания, лазания разнообразных действий с мячом;
- формировать в процессе двигательной деятельности различные познавательные процессы через систему физкультурных занятий;

# На занятиях используем следующие виды ходьбы:

- самостоятельная ходьба по дорожке, ограниченной по бокам двумя скакалками или лентами;
- ходьба за взрослым, за другим ребенком;
- ходьба друг за другом по кругу, держась рукой за верёвку: на одном занятии это может быть правая рука, а на следующем - левая;
- ходьба по доске, положенной на пол (если нет доски, можно использовать картон, вырезанный в виде дорожки);
- ходьба за взрослым с остановкой: очень хорошо использовать в таких упражнениях бубен или барабан (пока звучит музыкальный инструмент - ходьба, как только замолчал - остановка);
- ходьба друг за другом с различными предметами в руках (мяч, флажок, кубик, ленточка, погремушка и т. д.)

## «Ножки и дорожки»

Большие ноги шли по дороге  
(при ходьбе поднимаем колени и  
громко топая ногами),

А маленькие ножки бежали по  
дорожке (передвигаемся быстро и  
тихо).



## «Зашагали ножки»

Выкладываем из скакалок  
извилистую дорожку, ведем по ней  
малыша, приговаривая:

*Зашагали ножки -Топ, топ, топ!*  
*Прямо по дорожке -Топ, топ, топ!*  
*Ну-ка, веселее -Топ, топ, топ! Вот*  
*как мы умеем -Топ, топ, топ!*  
*Топают сапожки -Топ, топ, топ!*  
*Это наши ножки -Топ, топ, топ!*





# Упражнения с мячами









## «Перекрестные движения с предметом»

*Оборудование:* колокольчики.

Встать лицом к лицу с ребенком. Сначала мы разучивали это упражнение без колокольчика, а потом повторяли его с колокольчиком. Суть его в том, чтобы ребенок с разной силой и амплитудой попеременно то разводил руки, то скрещивал их перед собой или над собой.





## «Весёлая ленточка»

*Оборудование:* барабан, лента.

Слушая громкое звучание бубна, ребенок ходит по залу, размахивая лентой вперед-назад, а когда взрослый ударяет по бубну тихо, останавливается, прячет ленту за спину. Различное звучание можно обозначить и шагами: при громком звучании ребенок ходит как обычно, при тихом - на носочках.



## «Колючая дорожка»

Ребенку предлагается вместе со взрослым потоптаться на дорожке, которая лежит на полу.





## «Мяч вокруг себя»

*Оборудование:* маленькие мячи, которые можно держать одной рукой.

Встать напротив ребенка. Взрослый и ребенок держат мячи в одной руке. Перекладываем маленький мяч спереди из правой руки в левую, а сзади - из левой руки в правую. Делаем такие круговые движения вокруг шеи, пояса, ног. Затем меняем направление.





# Самомассаж зубной щеткой



# Упражнение «Веселые узелки»





# Упражнение с обручем





# Упражнение на балансиране







**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**